# Андрій Горбуля: «Все життя потрібно бути учнем, а не вчителем...». Історія маріупольського тренера

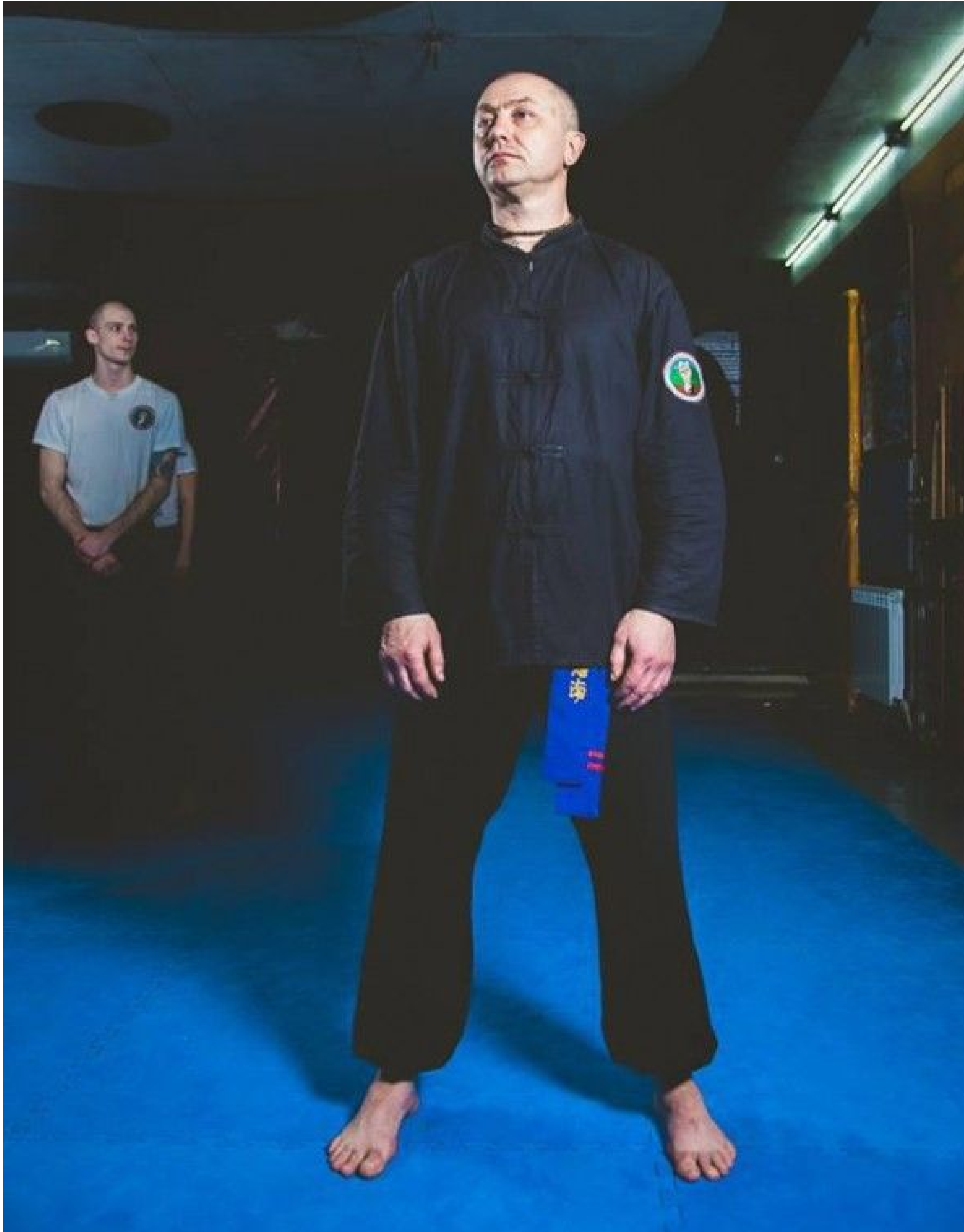
https://donbas24.news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera

**19 липня 2022, вівторок**
Автор: **Ольга Демідко (Маріуполь)**
Автор: **donbas24.news**



***Завдяки тренуванням Андрія Горбулі багато маріупольців змогли повірити в себе, зміцнити власне здоров'я та навіть вижити під час війни***

19 липня в Україні відзначають ***День тренера***. З нагоди професійного свята Донбас24 вирішив розповісти історію життя непересічної людини, завдяки тренуванням та філософії якого багатьом маріупольцям, які були його учнями, вдалося врятуватися.



Вчинки ***Андрія Горбулі*** — засновника і керівника маріупольського народного театру військових мистецтв ***«Білий лотос»*** та місь-

кої школи ***«Хонг-За В'єтнам»*** — говорять за нього. У вихованців нашого героя вже багато перемог, оскільки заняття східними єдиноборствами дають практикуючим не тільки фізичну, а й духовну силу. Андрій Горбуля, який більше 20 років займається різними бойовими практиками, зміг об'єднати воєдино бойові мистецтва ніндзя, українських козаків, ушу, карате та рукопашного бою і вибрав з них найкраще. До повномасштабного вторгнення росії в Україну театр військових мистецтв «Білий лотос» показував унікальні шоу-програми, що не мали аналогів в Україні.

**Життєвий шлях**



Андрій Горбуля народився в Маріуполі, який любив змалечку. Батьки працювали на заводі ім. Ілліча. Зі школи захоплювався єдиноборствами. Чотири роки займався гімнастикою, 9 років — боксом у тренера *Дворцова Володимира Леонідовича*, серед вихованців якого — призери та переможці змагань різного рівня, зокрема олімпійські чемпіони та призери. Андрій завжди вважав Володимира Леонідовича тренером від Бога. Загалом заняття боксом з досвідченим тренером зробили Андрія кандидатом у майстри

спорту. Юнак отримав середню технічну освіту, закінчивши індустріальний технікум. В армії був інструктором з рукопашного бою. У 1989 році, коли східні єдиноборства перестали бути забороненими, Андрій став інструктором кунг-фу при ОСОУ (ДОСААФ). Того ж року виїхав до Анапи, де заснував театр військових мистецтв «Білий лотос». В тиждень тренував 600 учнів. Через 4 роки повернувся до Маріуполя, де «Білий лотос» продовжив свою діяльність. Дуже допомагав тренер Андрія, Володимир Дворцов.

## Головні досягнення

До війни «Білий лотос» успішно гастролював країнами СНД, став відомий широкій публіці після шокуючих виступів у 2009 році в талант-шоу *«Україна має талант»* (СТБ), у 2010 році — російському аналогу програми *«Хвилини слави»* і проєкті «Диво-люди» (ICTV). Також брав участь в телепрограмах на ТРК Україна.



Під час програми «Хвилини слави» глядачі і журі побачили не тільки ушу, а й елементи жорсткого цигуну — стародавнього

китайського мистецтва виконувати небезпечні трюки без шкоди для себе. Наприклад, учасники не отримували опіків від вогненних факелів, лежали всією вагою на вістрях тризуба, розбивали дерев'яну палицю головою. *«Білий лотос» увійшов в 16 найкращих колективів Європи.* Вихованці маріупольської школи «Хонг-За В'єтнам» стали чемпіонами в Шостому фестивалі бойових мистецтв «Воїн світла», який пройшов в Києві (2015 рік). І це при тому, що фестиваль проводився в масштабах всієї країни, а участь в ньому брали представники 50-ти шкіл бойових мистецтв. Там учні Андрія Дмитровича пробували багато нових елементів, причому самі дивувалися, що виходять такі серйозні речі. Зокрема, лягали на плиту голою потилицею, на лоб також клали плиту, зверху билося все кувалдою, після чого відразу розбивалися дві плити, — такий серйозний трюк. У вихованців маріупольської школи «Хонг-За В'єтнам» голова завжди виявляється міцніша, ніж плита. І секрет такого успіху простий.

> *«Треба практикувати, займатися і багато речей буде виходити, незалежно від віку»*, — підкреслив Горбуля.



У 2017 році спортсмени їздили до Франції на Фестиваль бойових мистецтв світу. Завдяки їхній участі Україна вперше була запрошена на цей фестиваль. Але на поїздку зібрали фінансування самостійно. Загалом підтримки іноді не вистачає, але незважаючи

на всі труднощі і вчитель, і учні не зупиняються. Тільки завдяки команді, яку вдалося зібрати Андрію Горбулі, можливі ось такі перемоги. Багато його вихованців сьогодні самі стали інструкторами. Часом учні досягають результатів, до яких Андрій Дмитрович йшов все своє життя, за три-чотири роки занять. Роблять трюки, які в світі можуть зробити одиниці. Це, наприклад, сон на піках, вис на тризубі. Це складні вправи з ризиком для життя. Все залежить від наполегливості, від бажання людини, і набагато менше — від здібностей. Засновник «Білого лотоса» ніколи не ставив собі за мету спеціально набрати здібних учнів, для нього головне, щоб були учні віддані своїй справі, відповідальні та дисципліновані — тоді буде результат.

> *«Абсолютно будь-яка людина може досягти такого рівня, потрібно тільки прагнення і позитивний настрій. Втім все життя потрібно бути учнем, а не вчителем, тому необхідно щодня продовжувати навчатися»*, — зазначив Андрій Горбуля.

## Філософія тренера



Андрій Горбуля не просто проводив тренування, це була ціла філософія і особливий спосіб життя. Важливо, що багато маріупольців, які були учнями Горбулі, саме завдяки отриманим на тренуваннях навичкам, змогли вижити. Зокрема, декілька учнів Андрія, які погодилися дати коментарі, наголосили, що такі заняття зміцнили організм ще до війни, що дуже допомогло протриматися в блокадному Маріуполі.

> *«На момент війни я мав стільки корисних навичок завдяки тренуванням Андрія Дмитровича, що нарешті зрозумів, наскільки великий потенціал має людина. Просто ми самі часто недооцінюємо себе. Дуже вдячний тренеру за те, що він зміг роз-*

> *винути мою увагу та дисциплінувати мене. Саме це врятувало мені життя під час сильних бомбардувань у місті»*, — розповів Донбас24 учень Андрія, Олексій.

> *«Не уявляю, як себе поводила б у Маріуполі, якщо б не була настільки загартована і зібрана. Тренування Андрія Дмитровича, його філософія додали мені впевненості в собі. Я була, неначе підготовлена до таких випробувань. Дуже вдячна своєму тренеру. Його зусилля не були марними. Я навіть переповідала своїм рідним філофські принципи тренера. Нам так легше було все це пережити, адже ходили багато, фізичних навантажень збільшувалося щодня. Але ми дивилися на це інакше. Уявляли, що це чергові тренування і морально ставало легше»*, — зазначила у коментарі Донбас24 ще одна учениця Горбулі, Анастасія Литвиненко.



Учні «Білого лотоса» вже давно стали однією сім'єю. Вони проходили систематичні тренування двічі чи тричі на тиждень. Однак

в день могло бути 4 тренування. До речі, спортивну залу Андрій Горбуля побудував сам. Вихованці мали вегетаріанське харчування. Оскільки з 21:00 години вечора до 1:00 відбувається відновлення гормональної системи, лягати спати рекомендується о 21:00. Підйом о 4:30 — 5:00 годині ранку. Необхідно завжди підтримувати здоровий спосіб життя і мати чисті думки: не заздрити, не бажати зла, позбавлятися від гордині. Воду пити тільки джерельну. Вік учнів необмежений. Наймолодші — 3 роки, найстарші — 80. Хоча приходила й бабуся 93 років, яка займалася пів року. З дітьми найголовніше, на думку тренера — розвинути увагу і дисципліну. Школа «Хонг-За В'єтнам» спрямована на зміцнення і відновлення здоров'я, дисциплінування тіла і духу. Займаючись по 8 років, багатьом вдалося відновити своє здоров'я. Андрій Дмитрович наголошує, що ходьба є основною профілактикою здоров'я. В день треба проходити близько 7 км — це 1,5 години безперервного руху. Загалом він лікував людей за допомогою екзотичної гімнастики. Це новий напрям в Україні, який будується на оздоровленні людей. За допомогою вправ лікував остеохондрози, артрити, багато внутрішніх хвороб. Хоча, звичайно, краще її використовувати як профілактику. Школа в Маріуполі була благодійна, хто як міг, так і платив. Діяльність Андрія завжди підтримувала його сім'я. До речі, 2 його онуки теж стали вихованцями «Білого лотоса». Загалом родина творча, адже дружина Андрія Дмитровича — артистка цирку, у неї свій колектив.



> *«Моє покликання — допомагати людям, надихати їх власним прикладом на відновлення здоров'я і розкриття внутрішнього потенціалу. Дуже надихає любов до людей і учнів»*, — завжди наголошував Горбуля.

До повномасштабного вторгнення росії в Україну Андрій встиг відкрити храм військових мистецтв, який був розташований на 23 мікрорайоні, де він і проводив заняття зі своїми учнями. Наразі тренер продовжує надихати своїх учнів, які готові продовжувати систематичні тренування.

Нагадаємо, раніше Донбас24 розповідав про ТОП-7 незвичних арт-об'єктів Донеччини.[1]

ФОТО: з відкритих джерел.

[1] Незвичні арт-об'єкти Донеччини, Алевтина Швецова, donbas24.news, 18.07.2022, https://donbas24.news/news/top-7-nezvicnix-art-objektiv-doneccini

## Про автора



**Ольга Демідко**

історик, викладач, екскурсовод, громадська діячка Маріуполя.

В 2013 році закінчила Маріупольський державний університет, магістр історії.

Працювала вчителем історії у СШ № 66, телеведучою Маріупольського телебачення, на посаді асистента кафедри соціальних комунікацій Маріупольського державного університету.

Координаторка проектів «Маріуполь – це Україна», «Малюємо заради миру», «Маріуполь туристичний». З 2017 р. – голова арт-центру «Театр всередині тебе». Здобула науковий ступінь кандидата історичних наук (прирівнюється до диплома доктора філософії). Наразі доцент кафедри культурології Маріупольського державного університету, який тимчасово розташувався у Київському національному університеті будівництва і архітектури.

Є автором більше ніж 200 публікацій наукового та публіцистичного стилю та монографії «Ілюстрована історія театральної культури Маріуполя» (2017 р.); а також редактором і упорядником декількох маріупольських видань, спрямованих на підтримку талановитої молоді Маріуполя: «Альманах конкурсних робіт учнівської та студентської молоді загальноміського конкурсу „Маріуполь – це Україна“» (2016 р.); Маріупольська розмальовка «Розфарбуй місто» (2016 р.); Збірка творчих робіт маріупольців «Мелодії незримих почуттів» (2016 р.).

Фейсбук: Olga Demidko

Блог: https://mrpl.city/blogs/olga-demidko

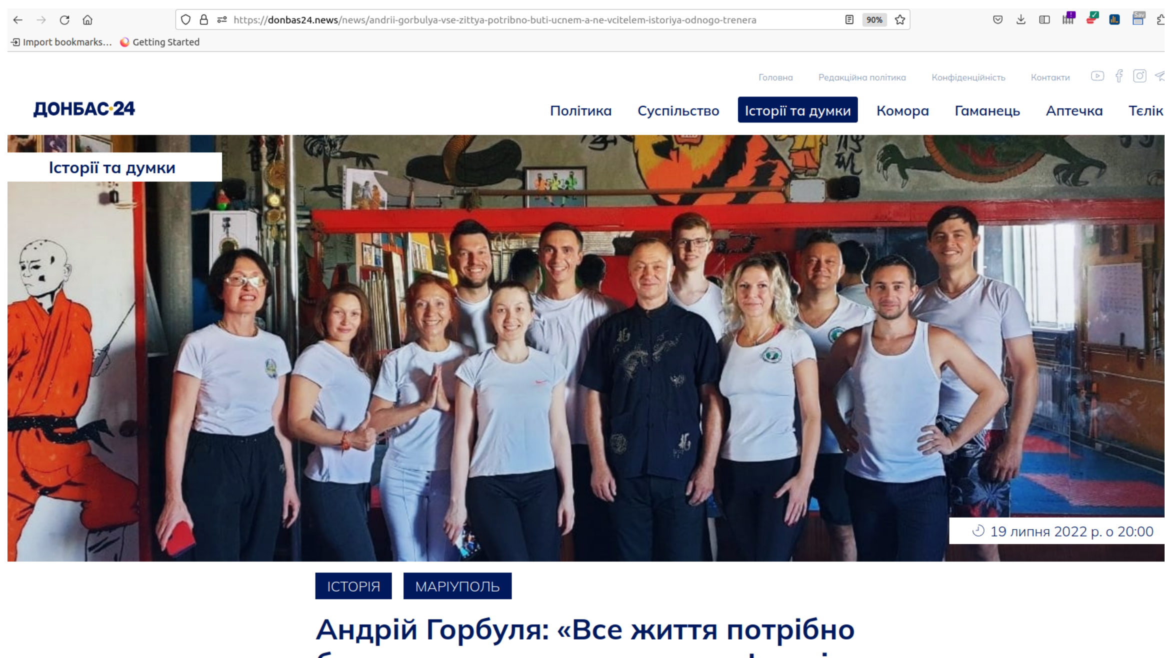
Ольга Демідко - публікації (Репозитарій МДУ)

Ольга Демідко - публікації (Інтернет-Архів)

Ольга Демідко - публікації (Google Scholar)

Ольга Олександрівна Демідко
кандидат історичних наук, доцент кафедри культурології
Маріупольський університет
Преображенська 6, місто Київ 03037

# Скріншот - Оригінал




(1)

4.news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 90%

ІСТОРІЯ МАРІУПОЛЬ

# Андрій Горбуля: «Все життя потрібно бути учнем, а не вчителем...». Історія маріупольського тренера

## Завдяки тренуванням Андрія Горбулі багато маріупольців змогли повірити в себе, зміцнити власне здоров'я та навіть вижити під час війни

19 липня в Україні відзначають *День тренера*. З нагоди професійного свята Донбас24 вирішив розповісти історію життя непересічної людини, завдяки тренуванням та філософії якого багатьом маріупольцям, які були його учнями, вдалося врятуватися.

Вчинки *Андрія Горбулі* — засновника і керівника маріупольського народного театру військових мистецтв *«Білий лотос»* та міської школи *«Хонг-За В'єтнам»* — говорять за нього. У вихованців нашого героя вже багато перемог, оскільки заняття східними єдиноборствами дають практикуючим не тільки фізичну, а й духовну силу. Андрій Горбуля, який більше 20 років займається різними бойовими практиками, зміг об'єднати воєдино бойові мистецтва ніндзя, українських козаків, ушу, карате та рукопашного бою і вибрав з них найкраще. До повномасштабного вторгнення росії в Україну театр військових мистецтв «Білий лотос» показував унікальні шоу-програми, що не мали аналогів в Україні.

(2)

vs/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera



(3)

ews/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 80%

## Життєвий шлях

Андрій Горбуля народився в Маріуполі, який любив змалечку. Батьки працювали на заводі ім. Ілліча. Зі школи захоплювався єдиноборствами. Чотири роки займався гімнастикою, 9 років — боксом у тренера *Дворцова Володимира Леонідовича*, серед вихованців якого — призери та переможці змагань різного рівня, зокрема олімпійські чемпіони та призери. Андрій завжди вважав Володимира Леонідовича тренером від Бога. Загалом заняття боксом з досвідченим тренером зробили Андрія кандидатом у майстри спорту. Юнак отримав середню технічну освіту, закінчивши індустріальний технікум. В армії був інструктором з рукопашного бою. У 1989 році, коли східні єдиноборства перестали бути забороненими, Андрій став інструктором кунг-фу при ОСОУ (ДОСААФ). Того ж року виїхав до Анапи, де заснував театр військових мистецтв «Білий лотос». В тиждень тренував 600 учнів. Через 4 роки повернувся до Маріуполя, де «Білий лотос» продовжив свою діяльність. Дуже допомагав тренер Андрія, Володимир Дворцов.



(4)





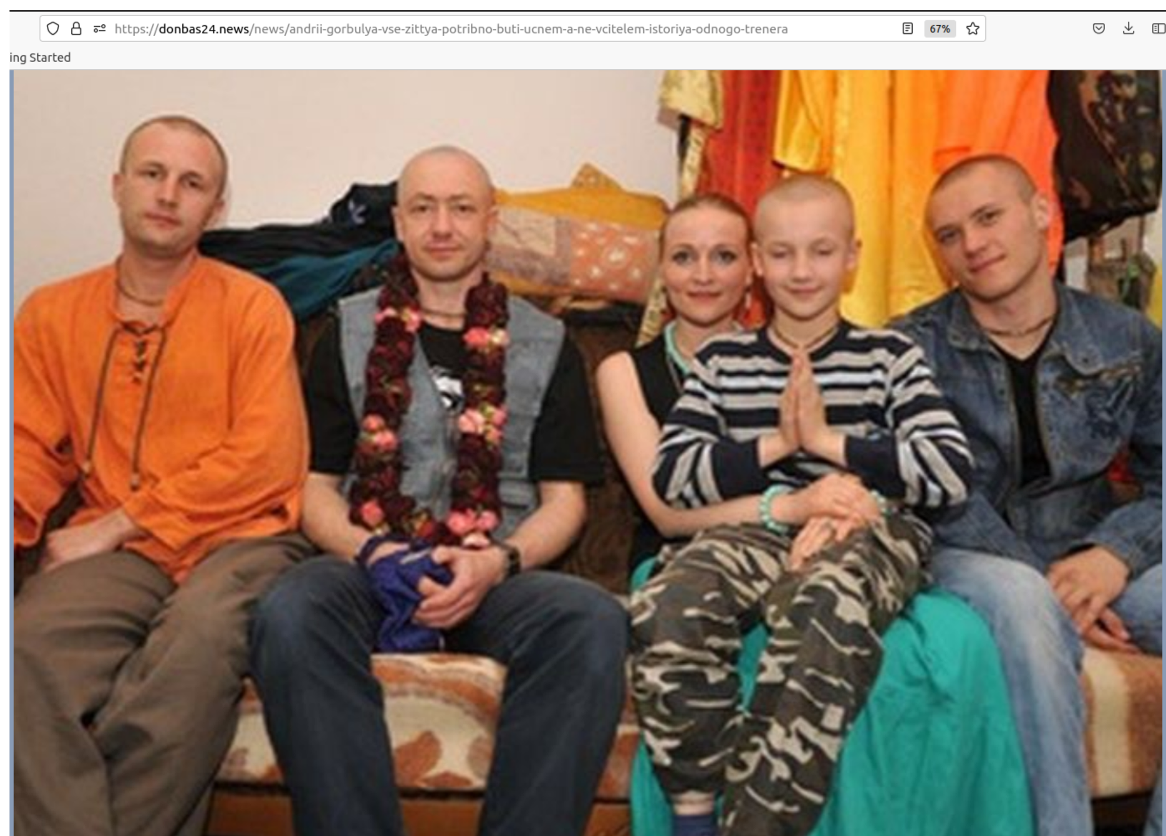

(5)

4.news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera

### Головні досягнення

До війни «Білий лотос» успішно гастролював країнами СНД, став відомий широкій публіці після шокуючих виступів у 2009 році в талант-шоу *«Україна має талант»* (СТБ), у 2010 році — російському аналогу програми *«Хвилини слави»* і проєкті «Диво-люди» (ICTV). Також брав участь в телепрограмах на ТРК Україна.

(6)




(7)

/s/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera

Під час програми «Хвилини слави» глядачі і журі побачили не тільки ушу, а й елементи жорсткого цигуну — стародавнього китайського мистецтва виконувати небезпечні трюки без шкоди для себе. Наприклад, учасники не отримували опіків від вогненних факелів, лежали всією вагою на вістрях тризуба, розбивали дерев'яну палицю головою. *«Білий лотос» увійшов в 16 найкращих колективів Європи*. Вихованці маріупольської школи «Хонг-За В'єтнам» стали чемпіонами в Шостому фестивалі бойових мистецтв «Воїн світла», який пройшов в Києві (2015 рік). І це при тому, що фестиваль проводився в масштабах всієї країни, а участь в ньому брали представники 50-ти шкіл бойових мистецтв. Там учні Андрія Дмитровича пробували багато нових елементів, причому самі дивувалися, що виходять такі серйозні речі. Зокрема, лягали на плиту голою потилицею, на лоб також клали плиту, зверху билося все кувалдою, після чого відразу розбивалися дві плити, — такий серйозний трюк. У вихованців маріупольської школи «Хонг-За В'єтнам» голова завжди виявляється міцніша, ніж плита. І секрет такого успіху простий.

> «Треба практикувати, займатися і багато речей буде виходити, незалежно від віку», — підкреслив Горбуля.

(8)

https://donbas24.news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 67%

ing Started

«Треба практикувати, займатися і багато речей буде виходити, незалежно від віку», — підкреслив Горбуля.



У 2017 році спортсмени їздили до Франції на Фестиваль бойових мистецтв світу. Завдяки їхній участі Україна вперше була запрошена на цей фестиваль. Але на поїздку зібрали фінансування самостійно. Загалом підтримки іноді не вистачає, але незважаючи на всі труднощі і вчитель, і учні не зупиняються. Тільки завдяки команді, яку вдалося зібрати Андрію Горбулі, можливі ось такі перемоги. Багато його вихованців сьогодні самі стали інструкторами. Часом

(9)

.news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 80%

У 2017 році спортсмени їздили до Франції на Фестиваль бойових мистецтв світу. Завдяки їхній участі Україна вперше була запрошена на цей фестиваль. Але на поїздку зібрали фінансування самостійно. Загалом підтримки іноді не вистачає, але незважаючи на всі труднощі і вчитель, і учні не зупиняються. Тільки завдяки команді, яку вдалося зібрати Андрію Горбулі, можливі ось такі перемоги. Багато його вихованців сьогодні самі стали інструкторами. Часом учні досягають результатів, до яких Андрій Дмитрович йшов все своє життя, за три-чотири роки занять. Роблять трюки, які в світі можуть зробити одиниці. Це, наприклад, сон на піках, вис на тризубі. Це складні вправи з ризиком для життя. Все залежить від наполегливості, від бажання людини, і набагато менше — від здібностей. Засновник «Білого лотоса» ніколи не ставив собі за мету спеціально набрати здібних учнів, для нього головне, щоб були учні віддані своїй справі, відповідальні та дисципліновані — тоді буде результат.

> «Абсолютно будь-яка людина може досягти такого рівня, потрібно тільки прагнення і позитивний настрій. Втім все життя потрібно бути учнем, а не вчителем, тому необхідно щодня продовжувати навчатися», — зазначив Андрій Горбуля.

**Філософія тренера**

(10)

/donbas24.news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 50%

Філософія тренера




(11)

onbas24.news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 90%

Андрій Горбуля не просто проводив тренування, це була ціла філософія і особливий спосіб життя. Важливо, що багато маріупольців, які були учнями Горбулі, саме завдяки отриманим на тренуваннях навичкам, змогли вижити. Зокрема, декілька учнів Андрія, які погодилися дати коментарі, наголосили, що такі заняття зміцнили організм ще до війни, що дуже допомогло протриматися в блокадному Маріуполі.

> «На момент війни я мав стільки корисних навичок завдяки тренуванням Андрія Дмитровича, що нарешті зрозумів, наскільки великий потенціал має людина. Просто ми самі часто недооцінюємо себе. Дуже вдячний тренеру за те, що він зміг розвинути мою увагу та дисциплінувати мене. Саме це врятувало мені життя під час сильних бомбардувань у місті», — розповів **Донбас24** учень Андрія, Олексій.

> «Не уявляю, як себе поводила б у Маріуполі, якщо б не була настільки загартована і зібрана. Тренування Андрія Дмитровича, його філософія додали мені впевненості в собі. Я була, неначе підготовлена до таких випробувань. Дуже вдячна своєму тренеру. Його зусилля не були марними. Я навіть переповідала своїм рідним філофські принципи тренера. Нам так легше було все це пережити, адже ходили багато, фізичних навантажень збільшувалося щодня. Але ми дивилися на це інакше. Уявляли, що це чергові тренування і морально ставало легше», — зазначила у коментарі **Донбас24** ще одна учениця Горбулі, Анастасія Литвиненко.

(12)



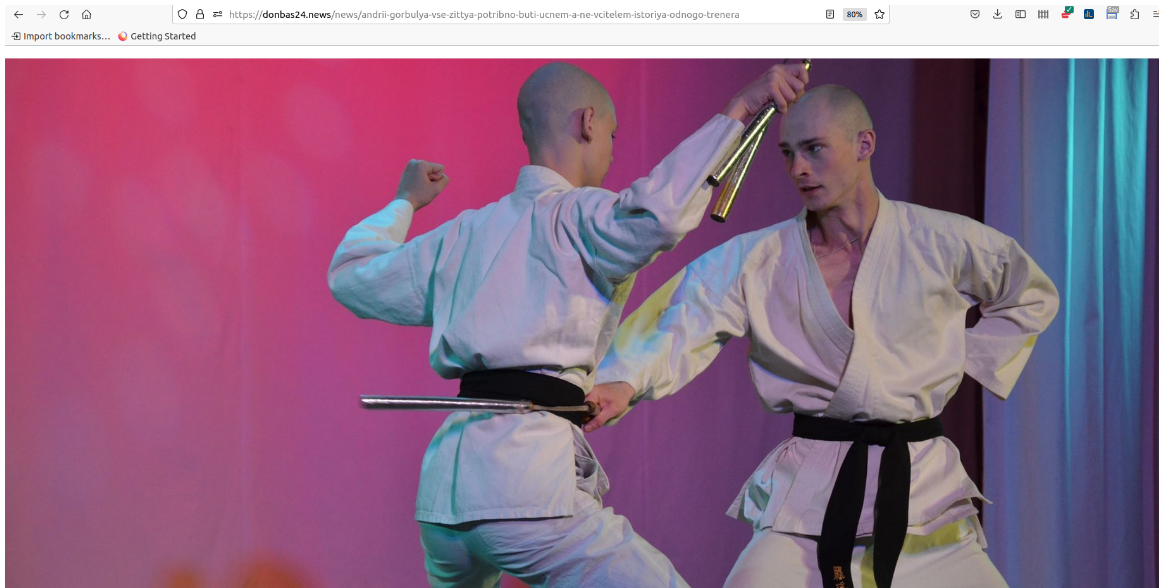

Учні «Білого лотоса» вже давно стали однією сім'єю. Вони проходили

(13)

vs/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 80%

Учні «Білого лотоса» вже давно стали однією сім'єю. Вони проходили систематичні тренування двічі чи тричі на тиждень. Однак в день могло бути 4 тренування. До речі, спортивну залу Андрій Горбуля побудував сам. Вихованці мали вегетаріанське харчування. Оскільки з 21:00 години вечора до 1:00 відбувається відновлення гормональної системи, лягати спати рекомендується о 21:00. Підйом о 4:30 — 5:00 годині ранку. Необхідно завжди підтримувати здоровий спосіб життя і мати чисті думки: не заздрити, не бажати зла, позбавлятися від гордині. Воду пити тільки джерельну. Вік учнів необмежений. Наймолодші — 3 роки, найстарші — 80. Хоча приходила й бабуся 93 років, яка займалася пів року. З дітьми найголовніше, на думку тренера — розвинути увагу і дисципліну. Школа «Хонг-За В'єтнам» спрямована на зміцнення і відновлення здоров'я, дисциплінування тіла і духу. Займаючись по 8 років, багатьом вдалося відновити своє здоров'я. Андрій Дмитрович наголошує, що ходьба є основною профілактикою здоров'я. В день треба проходити близько 7 км — це 1,5 години безперервного руху. Загалом він лікував людей за допомогою екзотичної гімнастики. Це новий напрям в Україні, який будується на оздоровленні людей. За допомогою вправ лікував остеохондрози, артрити, багато внутрішніх хвороб. Хоча, звичайно, краще її використовувати як профілактику. Школа в Маріуполі була благодійна, хто як міг, так і платив. Діяльність Андрія завжди підтримувала його сім'я. До речі, 2 його онуки теж стали вихованцями «Білого лотоса». Загалом родина творча, адже дружина Андрія Дмитровича — артистка цирку, у неї свій колектив.

(14)




(15)

news/news/andrii-gorbulya-vse-zittya-potribno-buti-ucnem-a-ne-vcitelem-istoriya-odnogo-trenera 80%

> «Моє покликання — допомагати людям, надихати їх власним прикладом на відновлення здоров'я і розкриття внутрішнього потенціалу. Дуже надихає любов до людей і учнів», — завжди наголошував Горбуля.

До повномасштабного вторгнення росії в Україну Андрій встиг відкрити храм військових мистецтв, який був розташований на 23 мікрорайоні, де він і проводив заняття зі своїми учнями. Наразі тренер продовжує надихати своїх учнів, які готові продовжувати систематичні тренування.

Нагадаємо, раніше Донбас24 розповідав про ТОП-7 незвичних арт-об'єктів Донеччини.

ФОТО: з відкритих джерел.

 Демідко Ольга

♡ 4 0



(16)